

*Un proyecto para fomentar la actividad física entre las personas con diabetes, promovido por la Fundación para la Diabetes con el apoyo de Novo Nordisk, la Federación Española de Diabetes (FEDE) y la colaboración de asociaciones locales*

## **Catorce zaragozanos echan un pulso a la diabetes y se suman al reto ‘Camina por la Diabetes 2019’**

- **La Asociación de Diabéticos de Zaragoza (ADEZaragoza) ha comenzado estos días los entrenamientos rutinarios del reto promovido por la Fundación para la Diabetes ‘Camina por la diabetes’.**
- **Catorce peregrinos de Zaragoza participarán durante cuatro meses en los planes de entrenamientos, de entre todos los integrantes, se seleccionará un grupo que participará del 15 al 19 de junio en cinco etapas del Camino de Santiago.**

**Madrid, 5 de marzo de 2019.-** Cada año son más las personas que deciden dejar su huella en alguna de las tantas rutas que conforman el ‘Camino de Santiago’. Este año, la Fundación para la Diabetes, con el apoyo de Novo Nordisk, la Federación Española de Diabetes (FEDE) y asociaciones de pacientes con diabetes de toda la geografía española, han querido volver a calzarse las zapatillas por dos motivos: el primero y más importante, promover hábitos de vida saludable entre las personas con diabetes; y el segundo, entrenar para un gran reto, realizar cinco etapas del Camino de Santiago.

De esta manera, catorce personas con diabetes de la Asociación de Diabéticos de Zaragoza (ADEZaragoza) han comenzado a entrenar estos días para echarle un pulso a la diabetes tipo 1 y tipo 2, y demostrar que incluyendo en su práctica diaria la actividad física es posible mantener controlados los niveles de glucosa en sangre y finalizar con éxito este desafío. Y no solo la meta es el Camino de Santiago, de hecho, es solo el principio, se trata de crear rutinas que hagan que todas las personas con diabetes incorporen en su día a día la actividad física.

Por su parte, Ana Mateo, Gerente de la Fundación para la Diabetes, ha mostrado su agradecimiento a todas las asociaciones de pacientes y voluntarios por su colaboración al motivar y animar, a sus asociados y a toda la población a formar parte de este proyecto, cuyo objetivo es preparar física y mentalmente para caminar hasta Santiago, además de reforzar su conciencia sobre lo positivo de la práctica diaria de ejercicio y reconocer su papel en la gestión, cuidado, educación y prevención de la diabetes.

Tras este periodo de cuatro meses de ejercitación, los distintos grupos de peregrinos procedentes de diversas localidades de la geografía española estarán preparados para culminar con éxito las cinco etapas del reto 'Camina por la diabetes'. Un reto que dará comienzo el 15 de junio y finalizará el 19 del mismo mes, y en el que los 100 peregrinos seleccionados superarán los 109 kilómetros que separan las localidades de Neda y Santiago de Compostela pasando por Pontedeume, Betanzos, Hospital de Bruma, Sigüeiro y culminando el peregrinaje en Santiago de Compostela.

### **Estudio prospectivo observacional**

Durante el Camino, un equipo de profesionales sanitarios voluntarios se encargará de recoger datos relativos al número de hipoglucemias e hiperglucemias experimentadas por los peregrinos y asociadas al ejercicio físico durante su participación en el reto 'Camina por la Diabetes', con el objetivo de estudiar los efectos del ejercicio sobre el nivel de glucosa en sangre.

### **Acerca de la Fundación para la Diabetes**

La Fundación para la Diabetes es una entidad que apuesta por un estilo de vida saludable y pone a disposición de la población las herramientas necesarias para prevenir la diabetes y sus complicaciones asociadas, así como para llevar un buen control de la diabetes. Actúa enérgicamente para crear una conciencia social y un amplio conocimiento de la enfermedad y trabaja por la integración de las personas con diabetes en todos los ámbitos de la vida. La web de la Fundación para la Diabetes cuenta con un canal de prensa dirigido a periodistas interesados, donde podrán encontrar información y un completo archivo de recursos gráficos relacionados con la enfermedad. <http://www.fundaciondiabetes.org/prensa>.

### **Sobre Novo Nordisk**

Novo Nordisk es una compañía global de cuidados sanitarios con 95 años de innovación y liderazgo en el cuidado de la diabetes. Esta herencia le ha dado la experiencia y la capacidad adecuadas para ayudar a las personas que padecen otras graves patologías crónicas: hemofilia, trastornos del crecimiento y obesidad. Novo Nordisk tiene su sede central en Dinamarca, emplea a unas 43.200 personas en 79 países y comercializa sus productos en más de 170 países. Para más información, visite [novonordisk.com](http://novonordisk.com), [Facebook](#), [Twitter](#), [LinkedIn](#), [YouTube](#).



**Más información:**

[www.fundaciondiabetes.org](http://www.fundaciondiabetes.org)

[info@fundaciondiabetes.org](mailto:info@fundaciondiabetes.org)

Tel. 91 360 16 40

**Síguenos en:**

**Facebook:** [www.facebook.com/fundacionparaladiabetes](http://www.facebook.com/fundacionparaladiabetes)

**Twitter:** [@fundiabetes](https://twitter.com/fundiabetes)

**Instagram:** [@fundaciondiabetes](https://www.instagram.com/fundaciondiabetes)

**Contacto de prensa:** Torres y Carrera.

Raquel Romero / Bárbara Navarro

Tel. 687 34 34 38 / 629 27 90 54

[rromero@torresycarrera.com](mailto:rromero@torresycarrera.com) / [bnavarro@torresycarrera.com](mailto:bnavarro@torresycarrera.com)